



# Bachelorgradsoppgave

## Hvor bevisst er ledere på tur sin bruk av nonverbal kommunikasjon?

En kvalitativ studie om ledere på tur sin bevissthet om bruk av kroppsspråk, kontaktskaping med deltagere og grad av kongruent kommunikasjon.

## How aware are outdoor leaders their use of nonverbal communication?

A qualitative study of outdoor leaders awareness of the use of body language, making contact with participants and the level of congruent communication.

Kaisa Helene Haavik Markhus

KIF350

Bachelorgradsoppgave i kroppsøving og idrettsfag -  
faglærerutdanning

Lærerutdanning

Høgskolen i Nord-Trøndelag - 2015



## SAMTYKKE TIL HØGSKOLENS BRUK AV KANDIDAT-, BACHELOR- OG MASTEROPPGAVER

**Forfatter(e):** Kaisa Helene Haavik Markhus

**Norsk tittel:** Hvor bevisst er ledere på tur sin bruk av nonverbal kommunikasjon?

*En kvalitativ studie om ledere på tur sin bevissthet om bruk av kroppsspråk, kontaktskaping med deltagere og grad av kongruent kommunikasjon.*

**Engelsk tittel:** How aware are outdoor leaders their use of nonverbal communication?

*A qualitative study of outdoor leaders awareness of the use of body language, making contact with participants and the level of congruent communication.*

**Studieprogram:** Kroppsøving og idrettsfag - faglærerutdanning

**Emnekode og navn:** KIF350

☒

Vi/jeg samtykker i at oppgaven kan publiseres på internett i fulltekst i Brage, HiNTs åpne arkiv

☐

Vår/min oppgave inneholder taushetsbelagte opplysninger og må derfor ikke gjøres tilgjengelig for andre

Kan frigis fra: \_\_\_\_\_

**Dato:** 28.05.15



underskrift

\_\_\_\_\_

underskrift

\_\_\_\_\_

underskrift

\_\_\_\_\_

underskrift

## Sammendrag

Denne oppgaven omhandler nonverbal kommunikasjon hos ledere på tur. Problemstillingen er *hvor bevisst er ledere på tur sin bruk av nonverbal kommunikasjon*, og underproblemstillingene er *hvilke type kroppsspråk blir brukt, hvordan kontakten er mellom leder og deltager og grad av kongruens hos leder*. Til grunn for oppgaven er det lagt teori om nonverbal kommunikasjon og kroppsspråk, handlingsbåren kunnskap, formidlingskompetanse hos profesjonsutøvere, relasjonsbygging og gruppedynamikk og bygging av troverdighet og tillit i relasjoner gjennom kommunikasjon. Det er foretatt en kvalitativ undersøkelse for å komme nærmere inn på problemet, og det er gjort intervju med tre informanter og en observasjon av hver av informantene underveis på turene de ledet.

Funnene viser at bevisstheten om bruk av nonverbal kommunikasjon til lederne på turene er stor i refleksjonen i ettertid og at de bruker en del kroppsspråk og nonverbale virkemidler underveis på turen, men at de kanskje ikke var særlig klar over det på forhånd. Det viser seg at kunnskap om bruk av kroppsspråk hos informantene ikke er blitt tillært gjennom tidligere utdanning i særlig stor grad, men gjennom observasjonene kan det vise seg at de lederne som har noe mer kunnskap om formidling fra tidligere utdanning er mer bevisste sin bruk av nonverbal kommunikasjon og kommuniserer mer kongruent. Kontakten mellom deltagerne og ledere er selvfølgelig ulik fra situasjon til situasjon, men alle tre informantene er bevisste deres relasjoner og tillitsbygging til deltagerne. Det mest overraskende funnet i forhold til hva teorien sier er hvordan det «lille» kroppsspråket som mimikk, blikk, smil og lignende forsvinner på tur, og dermed ikke kan tillegges særlig betydning på grunn av utstyr som «tar over for» eller kamuflerer dette. Derimot er «større» kroppsspråk som handlinger et kommuniserende virkemiddel som er veldig sentralt hos alle tre informantene. Det kan tyde på at kompetansetrekantmodellen til Skau (2011) er viktig da funnene kan vise hvordan teoretisk kunnskap, personlig kompetanse og yrkesspesifikke ferdigheter kan gi større bevissthet om og trygghet på bruken av nonverbal kommunikasjon og større kongruens.

Nøkkelord: nonverbal kommunikasjon, bevissthet, handlingsbåren kunnskap, kongruens, kroppsspråk, kontaktskaping, ledere, tur.

## Innhold

Sammendrag .....	1
1. INNLEDNING .....	3
1.1 Bakgrunn .....	3
1.2 Avgrensning av oppgaven og presisering av problemstilling .....	3
1.3 Oppbygning av oppgaven .....	4
2. TEORI .....	4
2.1 Friluftslivet .....	4
2.2 Kommunikasjonsteori .....	5
2.3 Bakgrunn for nonverbal kommunikasjon og ulike type kroppsspråk .....	7
2.4 Bakgrunn for kontaktskaping og gruppedynamikk gjennom nonverbal kommunikasjon .....	8
2.5 Bakgrunn for kongruens i kommunikasjon .....	9
3. METODE .....	10
3.1 Valg av metode .....	10
3.2 Kvalitativ metode .....	11
3.3 Kvalitativt forskningsintervju .....	12
3.4 Kvalitativ observasjon .....	13
3.5 Utvalg .....	14
3.6 Design .....	15
3.7 Forskeren .....	16
4. RESULTAT OG DRØFTING .....	17
4.1 Per .....	18
4.2 Tor .....	20
4.3 Ola .....	22
4.4 Samla drøfting .....	24
5. KONKLUSJON .....	26
5.1 Avslutning .....	27
Referanser .....	29
Vedlegg 1. Observasjonsskjema .....	30
Vedlegg 2. Intervjuguide .....	31

Antall ord: 12052

## 1. INNLEDNING

### 1.1 Bakgrunn

Jeg har valgt å skrive om bevissthet om nonverbal kommunikasjon hos ledere på tur fordi jeg selv har opplevd at det er mer enn bare det verbale som kommuniserer budskap, og at en situasjon ute på tur hvor man gjør fysisk aktive ting sammen er et spennende område for å se på nonverbal kommunikasjon og bruk av kroppsspråk. Jeg har selv studert årsstudium friluftsliv på HiNT, og friluftsliv er sentralt både privat og i ulike jobbsammenhenger. Jeg er også oppvokst med en døv mor, og bruk av kroppsspråk er for meg naturlig og sentralt i kommunikasjon, selv om jeg vil poengtere at kroppsspråk og tegnspråk er ulikt. Med denne bakgrunnen var interessen stor for å undersøke mer om bevissthet om nonverbal kommunikasjon på tur.

«(...) over 90% av all kommunikasjon som foregår ansikt til ansikt er ikke-verbal.» (Mehrabian, 1981 i Bøhn & Dypedahl, 2009: 82).

Utgangspunktet for oppgaven er at mye av kommunikasjon rundt oss kan foregå nonverbalt. Problematikken i dette er at mennesker tolker det som blir kommunisert, dermed blir oppfatningen av budskapet ulik for hver enkelt. Lederen av en tur har også et stort ansvar for gruppa. Riktig og trygg informasjon kan være veldig avgjørende i visse situasjoner, og i denne sammenheng er fokuset på hvilken formidling som skjer nonverbalt. Deltagerne på en tur kan oppfatte formidleren ulikt på grunn av relasjon, kontekst og persepsjon (Jensen & Ulleberg, 2011). Problemstillingen som da dukker opp er om formidleren er bevisst på sin nonverbale kommunikasjon, fordi dette kan gi konsekvenser for turen.

Hvorfor er egentlig kommunikasjon viktig med tanke på konsekvenser på tur? Eksempler kan være: Har vi forstått veivalget likt? Har vi samme forståelse av faremomenter ved turen? Viser leder lik behandling av alle i gruppa? Hvordan er ansvarsfordelingen av viktig utstyr? Hva er målet med turen? Relasjoner kan forstås som et begrep både mellom leder og deltager og mellom deltagerne innad i gruppa. Fokuset i denne oppgaven vil være på leder – deltager relasjonen. Fordi ulike kommunikasjonsteorier viser at kommunikasjon påvirker gruppedynamikken og relasjoner, blir kommunikasjon viktig på tur for å skape gode forutsetninger for læring og skape trygghet i gruppa (Eide & Eide, 2008).

### 1.2 Avgrensning av oppgaven og presisering av problemstilling

I denne oppgaven vil dermed problemstillingen være: *Hvor bevisst er ledere på tur sin nonverbale kommunikasjon?* For å finne ut av dette suppleres problemstillingen med disse

underproblemstillingene: *Hvilken type kroppsspråk brukes? Hvordan er kontakten med deltagerne? Hvilken grad av kongruens har lederen?*

Med kontakt menes det relasjonsbygging til deltagerne, og med kongruens menes at det er samsvar mellom ord og handlinger (Skau, 2011). Disse underproblemstillingene er relevante for hovedproblemstillingen da ulike typer kroppsspråk kan benyttes og vil kommunisere forskjellige signaler til deltagerne. Kontakt som for eksempel fysisk berøring vil påvirke relasjonsbyggingen til deltagerne, og være viktig for gruppedynamikken på tur. Kongruens er et område som er spennende fordi samsvar mellom formidlerens ord og handlinger kan påvirke situasjonen på tur, og lav eller dårlig kongruens kan skape misforståelser, farlige eller utrygge situasjoner, misnøye eller lite troverdighet til lederen. Alle disse tre underpunktene kan sette lys på spørsmålet om hvor bevisst lederen av turen er sin nonverbale kommunikasjon. Jeg vil gjøre et intervju med tre ledere på tur, og samtidig gjøre en observasjon av hver av dem som jeg vil bruke i drøftingen av intervjuet.

I intervjuet og observasjonen har jeg valgt 6 temaer for å besvare problemstillingen; grad av bruk av kroppsspråk, hvilke typer kroppsspråk, situasjonsavhengig kroppsspråk, kontakt med deltagerne, grad av kongruens og situasjonsavhengig kongruens. I vedlegg 1 og 2 finnes intervjuguiden og observasjonsskjemaet.

### 1.3 Oppbygning av oppgaven

Oppgaven vil bygges opp med utgangspunkt i hvor bevisst lederen er sin bruk av nonverbal kommunikasjon og kroppsspråk på tur, og vil først presentere et teoretisk grunnlag for nonverbal kommunikasjon. Dette kan legge et grunnlag for funn i analyse/resultat-delen. Deretter kommer metodekapitlet som forklarer grunnlag og gjennomføring for metoden for datainnsamlingen. Videre følger et kapittel med resultat og drøfting som presenterer funn fra intervjuene med de tre informantene og fra min observasjon, og ser på dette opp mot teorien som er valgt for oppgaven i en samlet drøfting. Til slutt konkluderes og avsluttes oppgaven.

## 2. TEORI

### 2.1 Friluftslivet

Hvorfor er det i denne oppgaven viktig å si noe om friluftsliv? Friluftsliv er noe som er særegent for den norske kulturen, og det å kommunisere gjennom fysiske handlinger i friluft, som for eksempel på tur, er et spesifikt felt.

Tordsson (2006) skriver om taus kunnskap, handlingsbåren kunnskap og erfaringskunnskap. Han poengterer hvordan kunnskap om handling kan snakkes om, men også være «taus» gjennom at

handlingen er forankret i virkelighetens mangfold av praktiske gjøremål uten at det nødvendigvis snakkes om med ord. Han bruker et eksempel fra Lulesamenes snøkunnskap hvor ordene de bruker henger tett sammen med tingene og handlingene det dreier seg om. Dette kan være et eksempel på hvordan handlingsbåren kunnskap kan henge tettere sammen med det vi verbalt snakker om, og at det blir en større kongruens i ord og handling.

Videre poengteres det hvordan handlingsbåren kunnskap bygger på et sosialt grunnlag, hvor *sam-handling* er viktig for å ta til seg kunnskap gjennom en form for læremestre som både viser og snakker om kunnskapen de har. Dette kan være et grunnlag for uttrykket vi kanskje kjenner som «*eksemplets makt*», hvor det å være et forbilde gjennom handling kommuniserer verdier som skal videreformidles.

Til slutt kommer det frem hvordan læring gjennom erfaringskunnskap hjelper til å skaffe seg erfaringer på egenhånd gjennom handlinger, eller «å prøve og feile». Selv om dette kan skje på egenhånd, må det stå i sammenheng med for eksempel sosiale og kulturelle forbilder (Tordsson, 2006). Gjennom dette kommer det frem hvordan man kan lære gjennom fysiske handlinger, eller ved å se på en lærer, leder, eller et annet forbilde, og la deres handlinger kommunisere det som skal formidles. Også de nonverbale handlingene kommuniserer noe, og er for eksempel viktige for videreføring av praktisk kunnskap.

## 2.2 Kommunikasjonsteori

Opprinnelsen til ordet kommunikasjon er fra latin og betyr «å gjøre felles», altså å skape, utveksle og avdekke en mening sammen i et fellesskap, fra en sender til en mottager av et budskap (Røkenes & Hanssen, 2012). Faktorer i kommunikasjonsmodeller består altså av en sender og en mottager hvor budskapet sendes fra den ene til den andre via ulike kanaler (Øyslebø, 1988). I denne oppgaven dreier det seg om nonverbal kommunikasjon, altså det som kommuniseres ikkeverbalt. «*Ikkeverbal kommunikasjon vil da si en kommunikasjon mellom individer ved hjelp av andre kanaler og dermed andre koder enn den språklige.*» (Øyslebø, 1988). Med språklig i denne sammenhengen menes verbal kommunikasjon, som ord. Slik nonverbal kommunikasjon kan være for eksempel kinesikk (mimikk, smil, utseende, blikk), paralingvistikk (tonefall, lyder, stillhet), gestikk (hånd- og hodebevegelser, tegn), positturologi (kroppsholdning og stillinger), adaptalogi («personlige effekter» som klær, hår, utstyr), og konologi (inntrykk gjennom fysisk nærhet, berøring, samhandling, rollemarkering, avstand, troverdighet).

Problemstillingen tar for seg bevissthet rundt sin egne nonverbale kommunikasjon gjennom underproblemstillingene hvilken type kroppsspråk som blir brukt, kontakt med deltagerne og

kongruent kommunikasjon. Dermed vil det være naturlig å ha med alle formene for non-verbal kommunikasjon i bakhodet for å kunne se etter hvilket kroppsspråk lederne bruker og hvilken grad av kongruens som oppstår, men samtidig se litt nærmere på konologi for kontaktskaping med deltagerne og samhandling.

Batesons kommunikasjonsteori (1904-1980) forteller hvordan man tolker alt man oppfatter, at enhver persons erfaring er subjektiv, og informasjon derfor blir oppfattet ulikt. (Jensen & Ulleberg, 2011). Med dette vises det at selv om sender prøver å formidle en ting, kan det bli oppfattet på en annen måte av mottageren på grunn av personens subjektive oppfatning.

Tre hovedpunkter som påvirker oppfatningen av hva som kommuniseres er; kontekst, relasjon og persepsjon. Vi opplever det som skjer i sammenhengen der det skjer, altså vil vår oppfatning stå i forhold til konteksten av det som er rundt oss eller situasjonen det skjer i. Videre vil vårt forhold til de vi kommuniserer med påvirke vår oppfatning av det som blir kommunisert, derav relasjon. Til slutt er vår persepsjon viktig, på grunn av hvordan vi selv tolker sanseinformasjonen vi oppfatter (Jensen & Ulleberg, 2011).

Jensen & Ulleberg (2011) sier om det å være bevisst sin nonverbale kommunikasjon: *«Det er umulig å ikke kommunisere.»* (Jensen & Ulleberg, 2011: 79) Dette sitatet viser hvordan alt en sender gjør også kommuniserer noe til en mottager. Med tanke på alle formene som finnes for nonverbal kommunikasjon er det mange faktorer å tenke på at også kommuniserer noe i tillegg til det verbale. En leder på tur har en rolle hvor han eller hun skal ivareta gruppa og fungerer i en profesjonsrolle. Siden budskapet som sendes ut kan mistolkes, er det viktig at lederen har en kommunikativ kompetanse som profesjonsutøver:

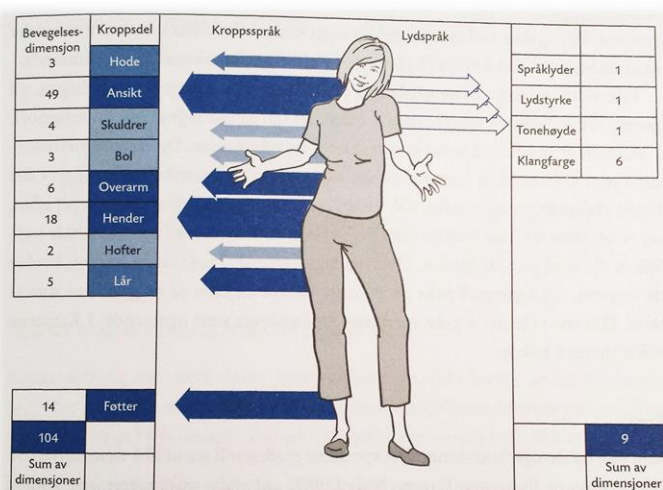
*«Ofte er det like mye andres sosiale intelligens og velvilje som gjør at vi blir forstått, som vår egen kommunikative kompetanse. (...) problemet kommer først for en dag når noe gjør at vi ikke lenger kan regne med en slik velvilje, eller noen tar oss bokstavelig og det går galt nettopp på grunn av det. Som yrkesutøvere burde vi ikke stole på hellet (...)*» (Skau, 2011: 97).

Dermed vil det være interessant å se på om yrkesutøverne, i dette tilfellet ledere på tur, har bevissthet om sin nonverbale kommunikasjon, nettopp fordi man ikke bør stole på hellet og at mottager forstår budskapet slik det er tenkt, men heller i størst mulig grad bør være sikker på at man kommuniserer tydelig og kongruent slik at budskapet blir forstått.



## 2.3 Bakgrunn for nonverbal kommunikasjon og ulike type kroppsspråk

I denne oppgaven står den nonverbale kommunikasjonen i sentrum, noe som ofte forbindes med kroppsspråk. Hva som faller inn under kroppsspråk er riktignok mer komplekst, som oppgaven tidligere har nevnt. For å få et overblikk over hva som i teorien kommuniserer mest kan figur 1 brukes. Her vises det hvordan ansiktet er den mest kommunikative kroppsdel vi har, etterfulgt av hender på andreplass og føtter på tredjeplass (Øyslebø i Dahl, 2013: 179). Se figur 1.



Figur 8.1 Ansiktet er den mest kommunikative kroppsdel vi har, etterfulgt av hendene. Føttene kommer på tredjeplass (Øyslebø 1988: 49) etter Siegfried Frey (1984). Figuren viser hvor mange variable dimensjoner hver enkelt kroppsdel har, samt lydlig tale med variable dimensjoner. Summen blir 104 synlige og ni hørlige fenomener som kan varieres uavhengig av hverandre.

Figur 1: Modell over nonverbale dimensjoner (Dahl, 2013: 179).

Modellen i figur 1 er hentet fra Øyslebøs bok om nonverbal kommunikasjon, en av de få bøkene som går grundigere inn på hver enkelt form for nonverbal kommunikasjon heller enn å snakke generelt om kroppsspråk og generelle kommunikasjonsteorier. Modellen forklarer hvordan hele kroppen kommuniserer noe på flere ulike måter, og at kroppsspråket bidrar til mye av det som blir kommunisert. Det er altså høyt aktuelt å gjøre seg bevisst på hvordan man kommuniserer utenom det verbale.

En av faktorene innen nonverbal kommunikasjon er kroppslige handlinger. Det å være ute på tur hvor man gjør fysiske aktiviteter kan sammenlignes med kroppsøvingfaget hvor det snakkes om det å være et godt øvingsbilde for elevene. «Eksemplets makt» er et uttrykk som blir brukt i flere sammenhenger, og illustrerer hvordan kroppslige handlinger kan kommunisere et budskap gjennom å være et eksempel eller et øvingsbilde for mottagerne. Lund (2014) skriver om hvordan det å være et forbilde i friluftsliv bidrar til læring for elevene gjennom handlinger. Ved å være et godt øvingsbilde og utføre handlinger kan elevene følge eksemplet og lære av veilederen eller læreren

(Lund, 2014; Tordsson, 2006). Dette er overførbart til kommunikasjon på tur der lederen av turen kommuniserer et budskap til mottagerne gjennom handlingen han eller hun utfører, slik som å ta andre veivalg, kjøre før de andre, ikke vente, starte å pakke sekken, ta frem skismurning og lignende. Det finnes lite litteratur om slike «store» kommunikative handlinger på tur, i motsetninger til «små» handlinger som blikk, smil, berøring og lignende. Det nærmeste teorien kommer kan være posituologi altså positurer, skifte av og signaler gjennom positur, og proksologi altså avstand, rom, kroppsorientering, samhandlingsavtand og kroppsorientering (Øyslebø, 1988).

#### 2.4 Bakgrunn for kontaktskaping og gruppedynamikk gjennom nonverbal kommunikasjon

Det å kunne analysere, eller være bevisst på kommunikasjonssituasjonen gjør at man har et godt grunnlag for å danne gode relasjoner mellom sender og mottager (Bøhn & Dypedahl, 2009). «(...) *det en fagperson sier og gjør, blir fortolket ut fra hvilken relasjon den andre har til denne fagpersonen.*» (Røkenes & Hanssen, 2012: 178). Relasjoner mellom personer skapes i møtet mellom partene og kommuniseres gjennom flere faktorer som blant annet klær og utseende, sittestilling, imøtekommenhet, fokus på den andre, avslappethet, mimikk, blikk og gester (Røkenes & Hanssen, 2012). Dette viser hvordan non-verbal kommunikasjon er med på å danne kontakt mellom mennesker og påvirke gruppedynamikken blant personene som er tilstede. Relasjoner, eller kontaktskaping kan også ses i sammenheng med taktologi, altså fysisk nærhet og berøring, som er et sterkt nonverbalt virkemiddel i kommunikasjonen da huden for eksempel har blitt kalt «sansenes mor», da det er en av de viktigste sansene som først utvikles (Øyslebø, 1988). Øyslebø (1988) konkluderer også med at berøring spiller en stor rolle i mellommenneskelig kommunikasjon gjennom påstander som at huden også kan formidle budskap som vi ellers trenger øyne og øre til. Dermed er det interessant å se på om blant annet berøring brukes som virkemiddel i relasjonsbyggingen mellom leder og deltagere på tur.

Røkenes & Hanssen (2012) peker i likhet med Carl Rogers (1962), som blir nevnt videre i teksten, på hvordan det å være i kontakt med, og bevisst på sine egne følelser gjør det mulig å skape kontakt og bygge relasjoner med andre på en ekte måte.



Figur 2. Kompetansetrekanten viser en profesjonsutøvers samlede profesjonelle kompetanse (Skau, 2011: s. 56)

Det å ha kompetanse om sin kommunikasjon kan være smart i rollen som profesjonsutøver. Skau (2011) har laget en trekantmodell, vist i figur 2, som peker på tre viktige sider ved en profesjonsutøvers kommunikative kompetanse. *Teoretisk kunnskap*, å kunne metoder og teorier som ligger til grunn for sitt arbeid. *Yrkesspesifikke ferdigheter*; det man behøver i sitt yrke, for eksempel formidlingsteknikker eller å kunne lytte. *Personlig kompetanse*; å være bevisst sine personlige trekk, for eksempel tørre å ta ordet i forsamlinger eller tilpasse terminologien til gruppa. Disse tre faktorene er viktig for å kunne kommunisere godt og dermed danne god kontakt med deltagerne gjennom å ha et profesjonelt teoretisk grunnlag, kunne teknikker som kreves i yrket og å være bevisst egne forutsetninger. Disse faktorene bør også stå i jevnbyrdig forhold til hverandre for å ikke danne et misforhold, for eksempel ved å bli for lite profesjonell og for personlig knyttet opp til deltagerne (Skau, 2011). Dersom ikke disse faktorene står i forhold til hverandre kan det skape ubalanse i kommunikasjonen, som for eksempel dårlig kongruens, som er en av de andre underproblemstillingene, og vil være påfølgende tema.

## 2.5 Bakgrunn for kongruens i kommunikasjon

I en situasjon kan motstridende budskap bli kommunisert på flere nivåer samtidig. Dette kan for eksempel skje gjennom kroppsholdning, bevegelser eller blikk (Jensen & Ulleberg, 2011). Dette blir kalt dobbeltkommunikasjon, og kan skape forvirring hos mottager, eller det vi kaller dårlig kongruens hos avsender. Kongruent kommunikasjon er når det er samsvar mellom ord og handlinger (Skau, 2011). «Kongruent kommunikasjon er troverdig og forståelig.» (Skau, 2011: 93). Nettopp dette Skau skriver om troverdighet i kommunikasjon kan være viktig som profesjonsutøver på tur for eksempel med ansvaret for sikkerhet, å sørge for at det skjer læring eller god informasjonsutveksling.

Carl Rogers (1962) forsket på kongruent kommunikasjon, og kom frem til at en vei til å være kongruent i kommunikasjonen er gjennom å ha kontakt med seg selv, sine indre følelser og sitt indre liv. Dette vil si å være seg selv, å kunne stå for sine handlinger og gjennom det lettere kunne kommunisere likt både verbalt og nonverbalt. Dette vil skape samsvar mellom indre følelser og ytre budskap, og gjøre det lettere for personen å fremstå som troverdig. Dette igjen bidrar til tillit, troverdighet, utvikling og åpenhet mellom de som kommuniserer (Røkenes & Hanssen, 2012: 94). Når en profesjonsutøver er samstemt i ord, handling og følelser blir kommunikasjonen kongruent, og for å sende ut et samstemt budskap via alle kommuniserende kanaler må man kjenne seg selv (Skau, 2011). Dette kan overføres direkte til en profesjonsutøver sin bevissthet om kommunikasjon «(...) *først og fremst handler det om bevissthet (...)*» (Skau, 2011: 91). Ofte kan mangel på tydelighet i kommunikasjonen handle om mangel på selvinnsikt og bevissthet rundt våre egne mangler, noe som også figur 2 peker på (ibid.).

Videre peker Skau (2011) på hvordan mangel på kongruens også kan gå utover ektheten i vår kommunikasjon og dermed kontakten i relasjoner som for eksempel med deltagere på en tur. Det poengteres også hvordan kongruent kommunikasjon ikke alltid er den mest behagelige formen for kommunikasjon, siden man kan komme i direkte og ærlige situasjoner som legger opp til endring og utvikling, noe som kan være krevende (Skau, 2011). Dette kan kanskje være en grunn til at en profesjonsutøver ikke alltid handler kongruent.

### 3. METODE.

Denne oppgaven har lagt til grunn en kvalitativ undersøkelsesmetode. Jeg har utarbeidet en intervjuguide og et observasjonsskjema for å samle inn data, med utgangspunkt i teorien presentert i kapittel to. Dette kapitlet tar for seg begrunnelse for valg av metode, forklaring av kvalitativ metode med fokus på hermeneutikk og fenomenologi, forskningsprosessen, utvalg av informanter, design og utførelse, og til slutt mitt utgangspunkt som forsker som er innvirkende faktorer i oppgaven. I kapitlene videre kommer resultat og drøfting av materialet, og tilslutt en konklusjon av oppgaven.

#### 3.1 Valg av metode

Forskning på bruk av nonverbal kommunikasjon er en prosess som tar tid og krever god kunnskap på området. Ingen situasjon eller formidler er lik, hvilket krever at forskeren hele tiden må vurdere situasjonen og det som formidles. Naturen og friluftslivet er også en medvirkende faktor i denne studien da værforhold, avstand, type aktivitet, utstyr, og flere faktorer har påvirkning på situasjonene underveis. Derfor har jeg i min oppgave valgt en kvalitativ metode for å hente inn datagrunnlag i oppgaven, da kvalitativ metode kan brukes om fenomener som skal studeres grundigere i dybden for

å danne nyanserte, særegne bilder uten at hyppighet av forekomst er viktig (Repstad, 2007). Jeg har valgt å observere og intervju et lite utvalg forsøkspersoner for å et detaljert og personlig innblikk om deres oppfatning av problemområdet, og for å kunne danne meg et bilde av situasjonen som jeg deretter kan analysere og drøfte opp mot teorigrunnlaget jeg har valgt.

Dalland (2001) peker på ulike krav til bruk av metode, hvor valg av metode må tas i betraktning at den skal være praktisk gjennomførbar i tillegg til en rekke andre punkter.

*«Resultatene skal være i overensstemmelse med virkeligheten. Data skal være systematisk utvalgt. Data skal brukes nøyaktig. Forskerens forforståelse skal klargjøres. Resultatene skal være kontrollerbare. Og at forskningsvirksomheten bør være kumulativ»* (Dalland, 2001: 78).

Mitt valg av kvalitativ metode står til Dallands krav om overensstemmelse med virkeligheten, da refleksjoner om et tema best kommer frem i et intervju. Gjennom å transkribere og sortere materialet i intervjuene og observasjonene får jeg systematisk og nøyaktig valgt ut data til oppgaven. Viktigheten av forskerens rolle og dens forforståelse vil bli utdypet under punkt 3.7 *forskeren*. Ved å redegjøre for valg av metode og gjennomføring er resultatene kontrollerbare, og strukturering av oppgaven gjør forskningen kumulativ.

### 3.2 Kvalitativ metode

Det skilles i forskningssammenheng mellom kvalitativ og kvantitativ metode. Ifølge Dalland (2001) finnes to hovedsyn på kunnskap; et positivistisk syn knyttet opp mot den naturvitenskaplige tradisjon, hvor man kan regne ut med våre logiske sanser. Det andre synet er hermeneutisk og humanistisk orientert hvor man kan observere og *«forsøke å forstå grunnbetingelsene for menneskers eksistens gjennom deres handlinger, livsytringer og språk.»* (Thurén 1993, Patel og Davidson 1999 i Dalland 2001: 50). For å få svar på mine problemstillinger synes kvalitativ metode gjennom hermeneutisk og humanistisk tenkemåte å kunne gi godt grunnlag for datainnsamling.

Hermeneutikk betyr fortolkningslære og handler om å forstå og fortolke fenomener som oppstår, og gi dem en betydning (Dalland, 2001). Dermed vil mitt hermeneutiske forskningsarbeid forsøke å se en helhet i problemområdet som skal forskes på, i motsetning til å plukke det fra hverandre og se på en enkelt bit, slik et positivistisk syn heller mot. Å pendle mellom hel og del for å forstå helheten, og å anvender sin egen kunnskap som et verktøy i fortolkningen, kan brukes som en ressurs i studien for å få en mest mulig fullstendig forståelse av problemområdet (Dalland, 2001). Forskerens forforståelse vil jeg komme tilbake til. En fenomenologisk tilnærming er også brukt i denne oppgaven slik Postholm (2011) beskriver det ved at et fenomen studeres på bakgrunn av åpne spørsmål som

stilles av meg som forsker til informantene mine, og en generell beskrivelse samles inn. Denne beskrivelsen studeres deretter grundig for å finne hovedtrekk i hvordan fenomenet oppleves av informantene. Deretter formuleres en ny tekst, resultatet, ut i fra hvordan fenomenet i beskrivelsen er blitt tolket og forstått av meg som forsker. De individuelle opplevelsene kan på den måten struktureres og benyttes som datamateriale i en kvalitativ oppgave (Postholm, 2011).

Utrykket hermeneutisk spiral brukes ofte i sammenheng med hermeneutikk og forklarer hvordan kunnskap bygger på hverandre, aldri tar slutt, med stadig utvides (Dalland, 2001). En hermeneutisk forståelse er dermed blitt brukt i etterarbeidet og analysering av data i denne oppgaven, imens fenomenologien står sterkere i det metodiske arbeidet. Ved å ta i bruk fenomenologi i denne studien kan den meningen informantene legger i en opplevelse som knyttes til fenomenet beskrives (Postholm, 2011). Jeg har dermed valgt å være med tre ledere på tur i deres naturlige kontekst da hensikten med en slik forskning vil være å fange opp informantenes perspektiv på og bruk av nonverbal kommunikasjon i deres naturlige omgivelser (ibid.).

### 3.3 Kvalitativt forskningsintervju

De seks punktene jeg formulerte intervju spørsmålene etter var: *grad av bruk av kroppsspråk, hvilke type kroppsspråk, situasjonsavhengig kroppsspråk, kontakt med deltagere, grad av kongruens og situasjonsavhengig kongruens*. Spørsmålene innenfor disse områdene finnes i intervjuguiden i vedlegg 2. Resultatene fra intervjuet kommer frem i kapittel 4 om resultat og drøfting.

En kvalitativ forskningsmetode kjennetegnes ved at det tas sikte på å fange opp mening og opplevelser som ikke alltid lar seg måle i tall, dermed er ofte intervju en benyttet metode innen kvalitative metoder (Repstad, 2007). Videre peker Repstad (2007) på at samtaler i det aktuelle miljøet er å foretrekke fremfor intervjuer som fort kan bli stive og kunstige. Derfor har jeg valgt å være med informantene på tur, og intervju dem på et passende tidspunkt i løpet av turen.

*«Formålet med det kvalitative forskningsintervjuet er å få tak i intervju personens egen beskrivelse av den livssituasjonen hun eller han befinner seg i.»* (Dalland, 2001: 119).

For å få en forståelse om hvor bevisste ledere på tur er sin bruk av nonverbal kommunikasjon vil intervju være en metode for å få en forståelse av deres tanker omkring temaet. I forlengelse av dette har jeg utarbeida en intervjuguide, som kan brukes som en slags huskeliste heller enn å følges slavisk, da nettopp det kvalitative intervjuet kjennetegnes av at informanten oppfordres til utdypning av svar og gjerne stilles oppfølgingsspørsmål. Det hele bærer ofte mer preg av en naturlig samtale (Repstad, 2007). Det vil også være mulig at en intervjuguide må justeres avhengig av personene man intervjuer,

på grunn av at de sitter med ulik informasjon eller erfaringer. Dette er noe av fleksibiliteten i denne metoden (ibid.). Gjennom mine intervju fulgte jeg intervjuguiden til en viss grad, men spilte også videre på svarene til informantene. Jeg passet på at stort sett de samme spørsmålene ble besvart gjennom de tre intervjuene, men i noen av intervjuene fløt samtalen også inn på andre temaer. Det var en fleksibel metode å bruke for ikke å få et stivt og overdrevent formelt intervju, og ble det som kalles et halvplanlagt, formelt intervju (Postholm, 2011).

Jeg har i transkriberingen av intervjuene og i utvelgelsen av sitater valgt å gjengi det informantene sa mest mulig ordrett, men samtidig fjernet forstyrrende ord som faller seg naturlig under en samtale, men ikke i en tekst, som for eksempel «Ehm... ja, jo..». Under en samtale vil også kroppsspråket supplere det verbale språket, noe som ikke kommer frem i et lydopptak eller i transkriberingen. Dermed er noe skjønn lagt til transkriberingen dersom informanten har brukt kroppsspråk som nikking eller peking under intervjuet, for å skape en forståelig og helhetlig tekst og sitater som gir mening.

### 3.4 Kvalitativ observasjon

Punktene jeg avgrensa observasjonen etter var: *grad av bruk av kroppsspråk, hvilke type kroppsspråk, situasjonsavhengig kroppsspråk, kontakt med deltagere, grad av kongruens og situasjonsavhengig kongruens*. Observasjonsskjemaet finnes i vedlegg 1. Resultatene fra observasjonen kommer frem i kapittel 4 om resultat og drøfting.

Ved å velge flere ulike metoder vil forskeren kunne sikre seg et bredere og grundigere datamateriale ifølge Repstad (2007). Observasjon er en slik alternativ metode for innhenting av informasjon. Ved å bruke observasjon som metode får forskeren mulighet til å studere mennesker i deres naturlige situasjon, se hvordan de oppfører seg i de situasjonene og studere deres handlinger der de naturlig oppstår. Disse to datainnsamlingsformene kan utfylle hverandre, da handlinger som blir gjort og refleksjoner rundt dette kan skape en god interaksjon (Postholm, 2011).

Under observasjonen kan forskeren velge mellom åpen og lukket – og passiv og aktiv observasjon. Forskjellen mellom åpen og lukket observasjon er hvorvidt forskeren fremstår som en (uke) del av gruppa, eller er åpen om hans eller hennes posisjon som forsker. Her vil et viktig punkt være å finne en balanse mellom å delta på en naturlig måte, men likevel ikke bryte inn i etablerte rutiner i situasjonen, slik at man ødelegger den naturlige konteksten (Repstad, 2007). Som forsker var jeg bevisst på å ikke ta en passiv rolle da informantene da kunne føle seg gjort til objekter i observasjonen. Jeg bidro i stedet aktivt og deltok i samtalene for at situasjonen skulle bli mer naturlig. Dermed tok jeg en rolle som aktiv observatør, hvor jeg var en del av gruppa underveis på

turen og var åpen om min rolle som forsker, men samtidig var bevisst på å opptre naturlig og litt tilbaketrukket for ikke å forstyrre den naturlige situasjonen.

Det kan være forskjell på om man strukturerer observasjonen på forhånd etter noe spesielt man skal se etter, eller om man som forsker bare er tilstede og prøver å få med seg det som skjer i situasjonen. Med strukturert observasjon kan man miste noe av fleksibiliteten som nettopp kvalitative metoder tilbyr (Repstad, 2007). Samtidig kan god planlegging på forhånd gjøre det være lettere å finne frem til det karakteristiske i en situasjon, som igjen gir lettere svar på problemstillingen vi ønsker å lære noe om (Dalland, 2001). Jeg valgte derfor en viss strukturering og lagde noen kriterier jeg skulle se etter, memorerte de, og lot notatblokkene ligge i sekken for å kunne opptre mest mulig som en naturlig del av gruppa. Da vi var fremme på hytta trakk jeg meg litt unna og noterte ned det jeg hadde observert i løpet av turen. Slike feltnotater kan ikke fungere som objektive observasjoner av fenomenet da forskeren gjør en utvelgelse av observasjonspunkter og i tillegg har med en teoretisk bakgrunn og egne erfaringer og opplevelser, altså en forforståelse underveis i observasjonen (Postholm, 2011).

### 3.5 Utvalg

Informantene jeg valgte var viktig, men også hvilken tur de var ledere på, da jeg ønsket at det skulle være en tur med friluftslivet i fokus, fremfor for eksempel et rent kurs eller en skoleklasse der også læringsmål ville stått i fokus. Deltagerne på alle turene var varierende i alder og i ferdighetsnivå men alle var voksne personer som var glad i friluftsliv i ulike former. Deltagernes bakgrunn kan ha vært en innvirkende faktor på ledernes kommunikasjon. Lederne på turene visste også på forhånd at jeg skulle være med å gjøre datainnsamling til min oppgave. De fikk vite at jeg ville gjøre meg noen observasjoner og at jeg ville intervju dem på slutten av dagen ved en passende anledning. Alle fikk henvendelse pr mail, for å kunne gjøre seg opp en mening før de svarte på om det var greit at jeg ble med på tur. I mailen beskrev jeg også temaet for oppgaven og forklarte kort hva jeg var ute etter. Det var likevel viktig for meg å ikke utdype temaet i for stor grad, eller legge for mye vekt på at jeg skulle gjøre en observasjon da dette kunne påvirke resultatet ved at de endret oppførsel fordi de var bevisst på hva jeg så etter.

Ved valg av informanter vil det være viktig at forskeren ikke knytter seg for tett til informantene, selv om det kan være fristende for å for eksempel knytte tettere bånd, skape tillit og dermed kanskje få til et bedre intervju. Dette kan føre til skjev informasjon (Repstad, 2007). En måte å finne frem til gode informanter på er å bruke «snøballmetoden» hvor man snakker med noen personer innen området og spør eller merker seg spesielle navn på folk som virker som har mer kunnskap på det spesifikke området. Forskeren kan for eksempel snakke litt med flere personer for å gjøre seg opp en mening,



eller bruke observasjon på forhånd for å velge ut gode informanter (ibid.). Jeg startet først arbeidet med oppgaven og fant deretter ut hvilke turer det passet seg å være med på, og hvilke som var mulige å gjennomføre før jeg avtalte å bli med. Jeg brukte også mitt eget nettverk for å finne turer å være med på hvor det var kompetente ledere med, og dermed brukte jeg en form for snøballmetode i utvelgelsen av informanter.

For å kunne belyse min problemstilling på en god måte ville jeg ta for meg ansvarlig ledere på tur. Dette kunne ha vært en lærer, veileder, turleder, instruktør eller guide, men i min oppgave falt valget på to instruktører i en veilederrolle og en turleder. Med på alle tre turene var det deltagere og turene gikk over flere dager. Lederne vil benevnes som ledere eller informanter gjennom oppgaven. Det er viktig i valg av informanter at personene har noe å bidra med på mitt problemområde. Ved å bruke flere informanter i relativt samme situasjon kan man som forsker se om det finnes en større tendens i datamaterialet (Dalland, 2001).

Godt utvalgte informanter kan gi god innsikt i situasjonen, likevel må det understrekes at det bare er opplevelsen til hver enkeltperson som kommer frem om temaet, og det kan ikke trekkes en slutning eller konklusjon som gjelder for alle i samme situasjon. Samtidig er det ikke alltid at forskeren ønsker å finne en større tendens, men heller tanker om enkelttilfellet eller situasjonen. I tillegg er enhver situasjon ulik, og det vil ikke gå an å få nøyaktig samme informasjon ut fra ulike personer i ulike situasjoner. Jeg valgte derfor 3 informanter da det var et realistisk antall både i forhold til praktisk gjennomførbarhet og å få et variert utvalg av personer, men samtidig gå nok i dybden til å finne ut noe om det spesifikke i selve situasjonen. Noen tendenser jeg har observert gjenkjennes i flere av turene, og noe av informasjonen jeg fikk gjennom intervjuene går igjen. Dette kan tyde på noen mer generelle tendenser som kan oppstå oftere hos ledere på tur.

Videre i oppgaven vil navnet til informantene anonymiseres med tanke på personvern. De nye navnene vil være oppdiktet og de fiktive navnene Per, Tor og Ola vil følge hver enkelt informant gjennom oppgaven. Informasjonen som vil bli gitt om hver av informantene vil være spesifikk for hver av informantene, men samtidig generell nok til å anonymisere dem, med tanke på at datainnsamlingen kan etterprøves men at det samtidig vernes om informantene.

### 3.6 Design

Med utgangspunkt i kommunikasjonsteori, og spesielt i underproblemstillingene for nonverbal kommunikasjon; relasjon og kontakt, bruk av kroppsspråk og kongruens hadde jeg gjort meg noen tanker om hva jeg vil finne ut med grunnlag i teorikapitlet. På forhånd tenkte jeg at siden figur 1 viser at hender, ansikt og bein er de delene av kroppen som kommuniserer mest når det kommer til

nonverbal kommunikasjon, vil dette også være fremtredende i mine funn. Det å benytte en så detaljert modell som figur 1 viser ville vært tungvint og arbeidskrevende underveis på en tur. Det var også andre faktorer jeg ønsket å se etter, og dermed laget jeg meg noen egne og mer generelle punkter jeg ville se etter i observasjonen av lederen underveis på turen.

Etter å ha observert ønsket jeg å intervju lederen av turen med spørsmål om bevissthet om bruken av nonverbal kommunikasjon i ulike situasjoner. Intervjuspørsmålene ble utarbeidet med bakgrunn i punktene for observasjonen slik at jeg hadde et sammenligningsgrunnlag når jeg skulle bearbeide dataen. Dette ble mitt datagrunnlag for resultat, tolkning og analyse opp mot problemstillingen om *hvor bevisst er ledere på tur sin bruk av nonverbal kommunikasjon*. Punktene jeg tok utgangspunkt i var *grad av bruk av kroppsspråk, hvilke type kroppsspråk, situasjonsavhengig kroppsspråk, kontakt med deltager, grad av kongruens og situasjonsavhengig kongruens*, som vedlegg også 2 viser.

Det kan være gunstig å gjennomføre en prøveobservasjon og et prøveintervju for å se om designet gir de dataene jeg er ute etter. Det kan hende noe må endres underveis, for eksempel kan et for faglig språk være en barriere for å skape en naturlig flyt i intervjuet (Repstad, 2007). Dette fikk jeg erfare da jeg prøvde ut mine tanker om observasjonen og intervjuet gjennom en skoletur. Blant annet endret jeg observasjonen slik at den ble mer generell nettopp på grunn av at jeg selv var deltager på turen og det ville blitt unaturlig og arbeidskrevende å skulle stå fremme med notatblokk hele tiden for å notere ned detaljerte observasjoner. Jeg hadde også en samtale med læreren på turen hvor jeg gjorde meg noen erfaringer med hvordan jeg best mulig kunne gjennomføre et intervju, og ble litt tryggere i forskerrollen.

Til intervjuene hadde jeg laga meg en intervjuguide, som finnes i vedlegg 2, slik at jeg kunne sikre meg at jeg kom innom spørsmål som dekket det oppgaven spør om. Jeg fulgte de fleste av spørsmålene, men lot også situasjonen og svarene jeg fikk styre veien og bygget på informasjonen som kom frem underveis siden jeg var interessert i deres generelle tanker om problemstillingene. I observasjonen så jeg også generelt etter hvilken type kroppsspråk som brukes, hvordan kontakten med deltagerne var og hvilken grad av kongruens lederen hadde. Punktene i observasjonsskjemaet finnes i vedlegg 1.

### 3.7 Forskeren

Når det kommer til forskerens rolle er det viktig å få med forskerens for forståelse og poengtere hvordan forskerrollen i en kvalitativ oppgave ikke er objektiv. Forskeren har med seg en teoretisk bakgrunn, sine tanker og antagelser om utfallet, og møter dermed forskningsfeltet med dette «i bagasjen». Forskeren farges dermed av dette og det kan også bidra til at forskeren overser eller ikke

får med seg viktige detaljer om temaet. Samtidig vil bevissthet rundt dette og teoretisk kunnskap om temaet kunne gjøre forskeren mer robust i møtet med forskningsfeltet i praksis (Postholm, 2011).

Ved bruk av kvalitativ metode er interaksjonen mellom forskeren og deltagerne viktig. Som forsker er det jeg som skal oppfatte dataen som skal samles inn, noe som stiller store krav til min bakgrunnserfaring, faglige dyktighet, og evne til å tolke og reflektere. Det er viktig at måten jeg gjennomfører datainnsamlingen på er etterprøvbart eller transparent, altså at det er mulig å se gjennom hva jeg har gjort og at prosessen dermed er synlig og tilgjengelig for utenforstående i senere tid (Dalland, 2001). Selvinnsikt og forståelse for at jeg selv møter med min egen forforståelse, altså kunnskapen og tankene jeg sitter med på forhånd, er viktig for å kunne utarbeide en god metode og å kunne bearbeide dataen jeg samler inn i ettertid. Det er derfor et poeng å dra inn noe av min bakgrunn og forståelse av området. Ironisk nok i denne oppgaven er også her en mulig feilkilde i bruk av intervju nettopp kommunikasjonsprosessen, oppfatning og tolkning av det som blir sagt. Samtidig kan innsikten min om dette temaet bidra til større bevissthet om denne type feilkilde. Dalland (2001) peker i denne sammenheng på betydningen av et godt forarbeid, for å minske mulige feil. En av tingene forskeren bør være bevisst på er å være åpen for det som kommer frem under observasjon og intervju, slik at man ikke ser seg blind på det man tror eller ønsker at man finner. Det har jeg prøvd å hatt i bakhodet underveis i prosessen. Det er også viktig å ha med seg at kvalitativ forskning ikke er verdifri eller objektiv, men påvirka av forskerens subjektive, individuelle teorier (Postholm 2011).

Patton (1980: 337) sier: «*Distanse garanterer ikke objektivitet, det garanterer bare avstand.*» (Dalland, 2001: 85). Distanse blir ofte sett på som en fordel i kvantitativ metodisk arbeid, men her poengteres det hvordan en slik distanse fra problemområdet heller kan bidra til avstand gjennom mindre forståelse for ting som for eksempel sjargong, kultur, klassiske problemområder, eller generelt lite innsikt. Med min bakgrunn fra friluftsliv og oppvekst med fokus på kroppsspråk og kommunikasjon har jeg en viss nærhet og kjennskap til problemområdet fra før.

#### 4. RESULTAT OG DRØFTING

Denne delen av oppgaven ser på intervjuene og observasjonene av informantene opp mot teorien som er presentert tidligere. Hovedsakelig er det interessant å se etter funn retta mot hovedproblemstillingen om informantene var bevisst deres nonverbale kommunikasjon. For å strukturere funnene brukes underproblemstillingene og teorien innenfor disse områdene for å tydeliggjøre funnene. Til slutt kommer en samlet drøfting som ser på funnene opp mot hovedproblemstillingen.

Innen hvilken type kroppsspråk som brukes ses det etter handlingsbåren kunnskap, samhandling, og læremesterprinsippet som viser til bruk av eksemplets makt og å være et forbilde, hentet fra Tordsson (2006). Det ses også etter kinesikk, gestikk, paralingvistikk, posituologi, adaptologi, konologi og parafonetikk hentet fra Øyslebø (1988).

Innen kontaktskaping med deltagerne ses det på i hvilken grad det skapes, eller ikke skapes relasjoner og kontakt gjennom punktene klær og utseende, imøtekommenhet, fokus på den andre, avslappethet, mimikk, blick og gester henter fra Røkenes & Hanssen (2012). Det ses også på taktologi som i fysisk nærhet og berøring hentet fra Øyslebø (1988), og det ses på kommunikativ kompetanse da det er et grunnlag for å skape kontakt og relasjoner på en ekte måte ifølge Skau (2011).

Innen grad av kongruens ses det på samsvar mellom ord og handlinger (Skau, 2011), om det er flere nivåer av kommunikasjon gjennom holdning, bevegelser og blick (jensen & Ulleberg, 2011), om lederen kjenner seg selv, kan stå inne for sine egne handlinger og har bevissthet om egne ferdigheter med utgangspunkt i kompetansetrekanten til Skau (2011).

#### 4.1 Per

Per er en mann i 30-årene og har holdt på en del år som instruktør. Gjennom instruktørutdanningen har han tatt halvparten av utdanningen spesielt fokus på formidling som instruktør, og utenom det har han pedagogisk utdanning som en del av sin bakgrunn.

##### *Pers refleksjoner*

Per gjør seg tanker rundt kroppsspråket han bruker gjennom å være en rollemodell og poengterer et uttrykk man ofte hører; «Ja, for det blir jo viktig; eksemplets makt». Han peker på at han tenker over at paralingvistikk som stemmebruk kan sende sterke signaler til deltagerne og at konologi med hvordan han markerer sin rolle også er med å sende signaler om hvordan han bruker nonverbal kommunikasjon i sin opptreden for gruppa. Denne rollemarkeringen som instruktør mener han at kan være avhengig av valg av tidspunkt for handling, altså som i når han velger å gå inn å samhandle eller tydeliggjøre seg som et forbilde for gruppa.

Innen konologi som virkemiddel i nonverbal kroppsspråk ligger også avstand, og Per forteller at han er bevisst på at han indirekte påvirker gruppas handlinger bare ved å kommunisere gjennom å være tilstede, eller markere avstand.

Han reflekterer rundt hvordan adaptologi er annerledes ute på grunn av utstyr som briller, luer, skjerf som også dekker mer av kinesikken som mimikk og utseende. Gjennom å ha fokus på hvordan deltagerne oppfatter ham prøver Per å være bevisst på sin kommunikasjon. «(...) folk ikke

*nødvendigvis så flink til å ta signaler som man tror man sender ut da. (...) hvis jeg har vært irritert, og jeg tror at det er kjempe tydelig, så hakke folk fått det med seg i det hele tatt.».*

Han forteller at han bruker deltagende handlinger, altså samhandling, for å skape kontakt og relasjoner med deltagerne. Han mener også at han bruker virkemidler som imøtekommenhet, og fokus på deltager får å minske distansen mellom sin og deltagerens rolle. Han forteller også hvordan han bruker paralingvistikk som tonefall og pauser for å danne kontakt med deltagerne da han mener at det påvirker hans fremtreden som mer imøtekommende og avslappet, og viser et fokus på deltageren.

Per reflekterer over hvordan hans bruk av nonverbal kommunikasjon i samhandling med deltagerne for å være imøtekommende og avslappet slik at deltagerne får mulighet til å komme med egne innspill. Han viser en bevissthet over sin bruk av nonverbale virkemidler for kontaktskaping i møte med deltagerne.

Han forteller om at gjennom å være bevisst på å være imøtekommende til alle deltagerne prøver han å skape lik kontakt med alle. Han gir fokus til alle deltagerne, og prøver å være imøtekommende ved å finne en måte å kommunisere på som treffer hver enkelt deltager.

Det synes som at Per har gjort seg gode refleksjoner rundt bevisstheten om bruk av kroppsspråk i sin instruktørrolle og hvordan det har innvirkning på hans kongruens og hvordan det igjen påvirker kontakten med deltagerne. Han viser bevissthet ved at han reflekterer rundt det at man som instruktør kan bli veldig eksponert dersom man kjenner en forventning om at man burde kunne mer enn deltagerne på bakgrunn av de signalene man sender ut gjennom sine ferdigheter på tur. *«(...) nå skal jeg liksom være ufeilbarlig da. Men man er jo ikke det, og det er ikke noe vits i å late som man er det heller.»*. Her viser han hvordan det kan være ubehagelig å være i en opphøyet rolle, men at ved å kommunisere kongruent man likevel føle at man kan stå inne for sine handlinger.

#### *Forskerens observasjoner*

Kroppsspråket som jeg observerte ble brukt var i stor grad positturologi som holdning og posisjonering, og konologi ved at hans mengde av innblanding og tilstedeværelse i gruppa kommuniserte et budskap. På grunn av hans rolle som en tilrettelegger som var med for å kvalitetssikre gruppa var ikke den direkte bruken av kroppsspråk så stor, men handlingene hans var i større grad kommuniserende. Det kunne være at han holdt seg tilbaketrukket for å la gruppa ta egne avgjørelser og at han dermed kommuniserte at han stoler på deres valg. Han hadde en avslappa holdning, for eksempel ved å legge henda bak hodet (gestikk) eller tonefallet i stemmen

(paralingvistikk) som kommuniserte at han var trygg i rollen sin og i situasjonen, og skapte dermed relasjoner og kontakt med deltagerne.

Det at rollen hans var såpass tilbaketrukket gjorde at kommunikasjonen med deltagerne oftest skjedde i pauser eller imens vi gikk, men også hvis det ble foretatt valg kunne han bryte inn og snakke til alle ved å la blikket falle på alle og for eksempel spørre om alle var enige i avgjørelsen. På den måten viste han imøtekommenhet og fokus på alle gjennom sitt kroppsspråk.

Det at han bruker kroppsspråket på en slik måte som kommuniserer til alle, og samtidig spør om alle er enige viser flere nivåer av kommunikasjon som er kongruent ved at det er samsvar mellom ord og handling. Det gir troverdighet og tillit til han som formidler slik Skau (2011) nevner er viktig. Han utstrålte en avslappa, trygg holdning som ga et inntrykk av ekthet i relasjonsbyggingen og i hans rolle som instruktør. Dette ga også et inntrykk av at han kommuniserte kongruent hele turen.

## 4.2 Tor

Tor er en mann som er pensjonert og har tatt oppdrag som turleder i noen år, men han har ikke formell turlederutdanning. Bakgrunnen hans er flere års turerfaring blant annet med klasser gjennom sin bakgrunn fra læreryrket.

### *Tors refleksjoner*

Tor reflekterer i sitt intervju over at det «lille» kroppsspråket som kinesikk kan forsvinne ute på tur, men at kanskje para fonetikk kommer tydeligere fram. Han forteller også hans tanker om hvordan handlinger er et elementært virkemiddel i nonverbal kommunikasjon på tur, slik som å være et forbilde eller en slags læremester som Tordsson (2006) skriver om. Han er for eksempel bevisst på at hans fysiske form gjør at han kan handle på en måte som kommuniserer til deltagerne. *«Det at uten at du sier noe, men du handler, ikke sant. Ved at du er veldig, ja at du tåler å gå litt og du tåler en trøkk og hvordan opplever da deltagerne det at jeg går foran og kanskje går litt for fort. Og det er klart da sier jeg jo ikke noe, men bare handler. Jeg går jo på ski.»* Han mener at hans handlinger formidler et budskap til deltagerne, slik som en læremester har kunnskap han kan formidle til en læresvenn gjennom handling. *«Ja, for jeg smører jo ski til folk, (...) Ja jeg har bare gjort noe, så får de føle at det fungerer.»*

Tor reflekterer også rundt bevisstheten om sin rolle som leder på tur, og at det krever bevissthet fra hans side fordi han har et ansvar for gruppa. Han forteller i denne sammenhengen om det å skape kontakt med deltagerne og bygge relasjoner gjennom å opptre ansvarlig og profesjonelt med på en

inkluderende måte gjennom imøtekommenhet til deltagerne og bevissthet om sine verdier. *«Ja, tillit ja, skal du bygge tillit mellom mennesker så må du jo stå for noe, vise at du representerer noe.»*

Han forteller at han er opptatt av han i en profesjonell rolle skal skape kontakt gjennom taktologi som berøring og nærhet, og å ha fokus på deltageren. *«Det er viktig å være tydelig og samtidig vise omsorg og omtanke.»* Men han forteller også at han synes det kan være vanskelig noen ganger å bruke sin kompetanse i den profesjonelle rollen på tur, noe som tyder på bevissthet om kunnskap om egen kongruens. *«Jeg kan jo masse teori, men det er ikke alltid like enkelt å få det til i praksis.»*

Ved å være kongruent i kommunikasjonen og være bevisst sine verdier mener Tor at deltagerne får større tillit til lederen av turen *«(...) ja eller så får du ikke noe tillit da, hvis du sier en ting og gjør noe annet.»* Dette viser bevissthet fra informanten sin side over viktigheten av god kongruens og å kunne stå inne for det han gjør. For eksempel poengterer han at han vet at han liker å gå på tur uten å nødvendigvis prate så mye, og derfor kan distansere seg litt fra turfølgert, noe som kan virke mot relasjonsbygging. Han mener at hans distansering er en kommuniserende handling som kanskje heller ikke er like heldig med tanke på deltagerne, men at det er en av hans verdier han vil ta vare på ved å kunne nyte naturen fremfor småprat. Her viser Tor bevissthet rundt sine verdier og hvordan det får konsekvenser for hans kongruens som leder på tur.

Det virker som om Tor gjør seg gode refleksjoner rundt problemstillingene, selv om han ikke nødvendigvis følger det opp i de praktiske situasjonene som leder på tur. *«(...) nå ble vi jo enige i går om at vi skulle prøve å holde gruppa samla, og det var jo ikke så aller verst da, jeg syns jo det gikk relativt bra, selv om de var litt spredning.»* Det at han sier dette er til en viss grad motstridende, og dermed lite kongruent, men han har en bevissthet om det. Han viser dermed at det er menneskelig å ikke alltid handle kongruent, skape gode relasjoner eller være bevisst sin kroppsspråk, selv med teoretisk kunnskap i bagasjen *«(...) i teorien så vet jeg det meste, eller mye, men som sagt følelsene de har lett for å kanskje ta deg non ganger, ja – vi er jo alle produkt av følelsene våre.»*

#### *Forskerens observasjoner*

Tor brukte mye paralingvistikk som virkemidler i sitt kroppsspråk slik som stemme og tonefall. Hans rolle som turlleder ga en avslappethet i motsetning til for eksempel en instruktør, og ga rom for mye kommunikasjon underveis på turen som fortelling av historier om det vi så rundt oss. Staven ble for eksempel brukt som en forlengelse av armen ved peking. Tor brukte også handlingsbærende kommunikasjon gjennom å håndtere smøring av ski både på starten av turen og i pauser. Som en læremester kunne hans håndlage med skiene og smurninga gi deltagerne følelsen av å gå på gode

ski, som bidro til at han kommuniserte at han hadde kunnskap og dermed fikk troverdighet gjennom dette.

Et annet nonverbalt virkemiddel han tok i bruk var berøring, enten det var underveis i en samtale, eller for å ta imot deltagerne for å inkludere og vise interesse for personen. Dette bidro til en god og personlig kontakt med deltagerne. I min observasjon brukte han ikke samme kroppsspråk ved å berøre alle deltagere, og dermed kunne noen deltagere ha følt seg mindre sett eller utenfor. Selv om jeg ikke opplevde dette som et problem på turen kan det at han brukte denne type kroppsspråk til noen av deltagerne være et tegn på at han gjorde noe som falt ham naturlig fremfor noe han var bevisst på å bruke som et kommunikativt virkemiddel, og at han dermed handlet etter hans egen verdier fremfor bevissthet om det som virkemiddel.

Tors kongruens var lav på et tidspunkt jeg observerte. Han hadde kommunisert verbalt at gruppa skulle gå samlet, men da vi nærmet oss hytta gikk han fremst for å trække spor, og økte farten slik at det plutselig ble et stort strekk i feltet fra ham til resten av gruppa. Dette skapte lite samsvar mellom ord og handling, og la grunnlag for irritasjon fra deltagerens side, noe som kan bli et problem på tur og gi lederen lav troverdighet eller tillit.

Gjennom stemmebruk, tonefall, og kroppsspråk som viser oppriktig interesse for deltagerne står han frem som en tydelig og inkluderende leder på tur, men bevisstheten om kongruensen oppleves som lav. Dette kan muligens ses på bakgrunn av at det er lengre siden han har vært gjennom teoretisk kunnskap i utdanning om temaet enn de andre informantene, og at det kan også ha kommet ny teori siden hans studietid, noe som gjør sidene i hans kompetansetrekant skjevt fordelt slik Skau (2011) påpeker på at kan føre til lav kongruens.

#### 4.3 Ola

Ola er en mann i 40-årene som har fungert i instruktørrollen i noen år. Han har en jobb der han har ansvar for områder med formidling, og har tidligere hatt jobber med ansvar for kommunikasjon, men har ingen spesiell utdanning i forbindelse med kroppsspråk annet enn enkelte kurs i presentasjonsteknikk. Gjennom instruktørutdanningen har han vært innom temaet formidling som instruktør.

##### *Olas refleksjoner*

Olas tanker om kroppsspråk som kommuniserende virkemiddel er at på tur kommuniserer «stort» kroppsspråk mer enn det «lille kroppsspråket», altså handlingsbærende kommunikasjon. Eksempelet han bruker på dette er dersom en person legger et eget spor. «*Det med å legge et annet spor enn det*



*som den som går fremst skulle gjøre er jo på en måte å si at jeg syns ikke de veivalgene du gjør er gode, så jeg tar mine egne valg.»* Han forteller hvordan en handling dermed kan være et veldig kommuniserende virkemiddel.

Som instruktør bruker han avstand som et konologisk virkemiddel, for å påvirke læringssituasjonen i gruppa, dersom deltagerne skal handle mer selvstendig. Han reflekterer videre over hvordan konologi er et viktig virkemiddel i hans rollemarkering, og at bare ved det å være tilstede kommuniserer han noe fordi deltagerne ser det som en bekreftelse på ulike valg de tar, gjennom blick til instruktøren. Han må dermed være tilstede til en viss grad, men ikke for nærme slik at han ødelegger deltagerne gruppedynamikk. *«(...) med en gang jeg begynner å kommunisere med gruppa så har jeg egentlig brutt opp det miljøet de skal være i i lag (...)»*.

Ola viser også bevissthet om egne handlinger og hvordan han kan bruke det som kommunikativt virkemiddel. Han refererer til en erfaring som instruktør da gruppa skilte seg, og han opplevde at hans handling kommuniserte mer enn ord. *«Det virka som om de syntes at jeg kommuniserte ved at jeg stod der (...)»*.

Han er bevisst på at også små handlinger er med å påvirke deltagerne, for eksempel i en instruktørrolle hvor du ikke instruerer, men heller viser og håper at folk får det med seg. *«(...) det er også måten du bruker blikket på, og det har vært bevisst.»* Han reflekterer rundt det å være bevisst sine handlinger siden deltagerne faktisk fanger opp mer enn bare det verbale. Spesielt har han erfart at dersom gruppa er dyktige og selvgående, kan han bli litt avslappa i rollen, og dermed handle lite kongruent, og at dette raskt blir snappet opp av deltagerne. Han sier dermed at en forbilledlighet er viktig og at selv i små handlinger han gjør fungerer han som en læremester for gruppa.

Ola nevner gruppestørrelse som en faktor for hans valg av kommunikasjon. Hans tilstedeværelse er for eksempel større dersom situasjonen er mer kritisk. Han er også bevisst på hvordan gruppestørrelsen gjør at han kan bruke handlinger som virkemiddel. *«(...) noen så at jeg gjorde det. Jeg sa ingen ting, men så begynner dem også å gjøre det. Det er nok enklere i en mindre gruppe (...)»*. Her nevner han at han bevisst bruker nonverbal kommunikasjon som et virkemiddel for å for eksempel få gruppa til å komme i gang ved å pakke sekken eller stramme skoa sine.

Per viser også at han er bevisst å handle kongruent som når han innehar en rolle og et ansvar. *«Hvis man for eksempel fokuserer på at folk skal kjøre kontrollert, og ikke gjør det sjøl, det er dobbeltkommunikasjon»*. I likhet med Per nevner han eksemplets makt og viktigheten av å være et forbilde for deltagerne gjennom det nonverbale, og at man står inne for det man sier og dermed

handler likt. Han poengterer læremesterfunksjonen ved at deltagerne hele tiden følger med, og at han derfor må passe på hva han kommuniserer.

Ola oppsummerer funnene i intervjuene godt gjennom å peke på noe av det viktigste for hovedproblemstillingen, nemlig at refleksjon kan gi større bevissthet rundt temaet nonverbal kommunikasjon som dermed fører til at man i en lederrolle kan yte bedre med tanke på kontakt med deltagerne og større kongruens som igjen kan gi utslag i praktiske ting som trivsel, læringsutbytte, og sikkerhet. Han poengterer hvordan den nonverbale kommunikasjonen ikke er noe han har vært så bevisst på tidligere, men at han gjennom intervjuet ser at han i noen tilfeller bruker det bevisst, og at det er et interessant og viktig tema. *«Det er nok noe å hente på å ha det fremme i pannebrasken.»*.

#### *Forskerens observasjoner*

Nonverbal kommunikasjon som ble observert hos Ola på tur var gestikulering under forklaringer av terreng og veivalg, mimikk i ansiktet og posisjonering av seg selv i forhold til enkeltdeltagere eller hele gruppa. Posisjoneringen i forhold til sin rolle kom tydelig frem når han vekslet mellom å bevisst trekke seg tilbake for å la deltagerne diskutere seg imellom, og når vi var underveis eller hadde små-pauser og han ble en mer naturlig del av gruppa. Det viste han med positurologi ved at han for eksempel gikk ved siden av deltagerne istedenfor å stå på utsiden aleine. Kontakten med deltagerne var derfor varierende under ulike tidspunkt i løpet av turen etter hva som falt seg mest naturlig. En observasjon var at samtalene om for eksempel veivalg innad i gruppa gikk mer av seg selv dersom han trakk seg mer ut, og det virka som om han benyttet seg bevisst av dette.

Ola kommuniserte at han står inne for verdier han tar opp i intervjuet, ved at han ventet til slutt med å kjøre ned, nettopp for å ha oversikt over gruppa han har ansvar for. På denne måten er han et forbilde i tillegg til å skape god kongruens ved å handle likt som han har kommunisert verbalt, noe som øker hans troverdighet. Avgjørelsene hans ble respektert og tatt med i refleksjon videre, og det tyder på tillit til han som leder av turen.

#### 4.4 Samla drøfting

Med utgangspunkt i de tre intervjuene og observasjonene jeg har presentert vil jeg i denne delen samle funnene og koble det til tidligere omtalt teori på området.

Den første underproblemstillingen dreier seg om hvilken type kroppsspråk lederne bruker. Her forventet jeg å finne flere av faktorene for nonverbal kommunikasjon som Øyslebø skriver om, og som er omtalt i delen om kommunikasjonsteori. Etter gjennomføring av datainnsamlingen ble jeg oppmerksom på at handlingsbærende kommunikasjon stod sterkt. Dette var et punkt jeg ikke hadde

forventet, da fokuset i kommunikasjonsteori i større grad er på det «lille» kroppsspråket som mimikk eller blikk. Øyslebø (1988) skriver om kroppsatferd som en av de sentrale kommunikative hensiktene, og om at det er et vanskelig skille for hvor handlinger og atferd kan skilles mellom kommunikativ hensikt og fysiologiske prosesser vi selv ikke kontrollerer som rødming eller gjesping, selv om dette også kommuniserer noe. I prinsippet er all adferd kommuniserende, men det går et skille når det kommer til kroppsbevarende adferd og praktiske gjøremål (Øyslebø, 1988).

Tordsson (2006) trekker frem handlingsbåren kunnskap gjennom at lederen på tur er et forbilde eller et eksempel for deltagerne og at kunnskap formidles gjennom handlinger. I intervjuene trekkes det fram eksempler som at folk blir utålmodige og begynner å kjøre fra de andre uten å vente på gruppa, eller at folk er uenige, veldig opprømte eller egenrådige og legger egne spor for å ta egne veivalg. Uten at det kan sies sikkert om disse handlingene gjøres fordi de er utålmodige, sta eller uenige så kan det antas at det er bakgrunnen for slike handlinger gjennom det de kommuniserer med handlingene sine. Det er noe som meddeltagerne mest sannsynlig vil oppfatte. Dermed forsterker funnene i oppgaven teorier om handling som et kommunikativt virkemiddel.

Den neste underproblemstillingen dreier seg om hvordan kontakten med deltagerne er. Lederne var bevisste rundt det å vise nærhet, omtanke og komme på deltagerens nivå uten å bli kamerater eller for personlige. To av informantene poengterte å skille mellom en profesjonell og en personlig rolle, men likevel å være imøtekommende og tilstede for deltagerne. En av informantene nevnte at deltagende handlinger med gruppa åpner for imøtekommenhet, minsker avstand og kan skape en mindre opphøyet rolle mellom leder og deltager. En av informantene benyttet også spesifikt berøring for å inkludere og vise deltagerne at de blir sett. Alle tre viste bevissthet om å prøve å behandle alle i gruppa likt. Flere sitater kom frem rundt det å kunne stå inne for sine verdier slik Carl Rogers (1962) også peker på. Lederne poengterte at de gjennom kommuniserende handlinger ville vise at de for eksempel ivaretar alle deltagerne når de har ansvaret på tur, nettopp fordi det er en del av deres verdier.

Samtlige informanter poengterte i intervjuene at deres tilstedeværelse og kontakt med i gruppa var avhengig av gruppas nivå. Lavere ferdighetsnivå i gruppa krevde større bruk av instruerende metode for å danne et grunnlag av basisferdigheter hos deltagerne, og dermed mer verbal kommunikasjon. Etter hvert som gruppas ferdighetsnivå øker kunne mer og mer av kommunikasjonen gå over i prøving og feiling, altså handlinger.

Alle informantene var reflekterte i intervjuene over at lederen på tur bør være svært bevisst og observant på hva som skjer i gruppa og hva han kommuniserer ved å være imøtekommende og ha

fokus på deltagerne selv om de har en enten passiv eller aktiv rolle. Informantene poengterte at dette også var viktig for kontaktskaping.

Den siste underproblemstillingen var hvilken grad av kongruens lederen har. Røkenes og Hanssen (2002) poengterer at for å skape tillit, åpenhet og trygghet hos mottager fordres det at kommunikasjonen er kongruent. Når man som deltager blir tatt godt imot og får høre at det er hyggelig at man har meldt seg på og kommet frem til turen, og den verbale kommunikasjonen blir understøttet med kongruent kroppsspråk som berøring, øker troverdigheten og tilliten, og legger grunnlag for større åpenhet mellom partene. Selv om informantene ikke bruker selve begrepet kongruens, er de i stor grad bevisst på at de i en lederrolle ønsker å innfri forventninger som for eksempel dypere kunnskap og ansvar for deltagerne gjennom at de handler og kommuniserer likt.

Spesielt to av informantene nevnte tillit, trygghet og troverdighet i kommunikasjon med deltagerne, noe som også Skau (2011) peker på som viktig for kommunikasjon i relasjonelle forhold. I sammenligningen av intervju og observasjon var det høy kongruens mellom ord og handling når det kom til å skape troverdighet hos informantene. Spesielt hos informanten som har fungert lengst i sin rolle observerte jeg god kongruens med tanke på trygghet og tillit. Observasjonen viste også lavest kongruens hos informanten med minst utdanning innen sin rolle som leder på tur. Dette passer opp mot Skau (2011) sin kompetansetrekant hvor teoretisk kompetanse, yrkesspesifikke ferdigheter og personlig kompetanse bør stå i et likt forhold til hverandre for kongruent kommunikasjon.

## 5. KONKLUSJON

Gjennom funnene som kommer fram i tolkning av intervjuene og observasjonene kan det konkluderes med at refleksjon og bevisstgjøring om temaet i etterkant viste at alle lederne i stor grad hadde bevissthet om sin nonverbale kommunikasjon. En av lederne var mindre kongruent i sin kommunikasjon underveis på tur, noe som skapte en liten konflikt, men alle tre hadde gode refleksjoner i intervjuet om hvorfor bevissthet om nonverbal kommunikasjon er viktig. De forteller selv i intervjuene at de ikke nødvendigvis var veldig bevisst på sin nonverbale kommunikasjon i forkant, og en av informantene påpekte også at det kan være vanskelig å bruke det man i teorien har lært, noe som jeg også synes kom frem dersom jeg ser på observasjonene alene. Alle tre informantene virka oppriktig interessert i å bli mer bevisst på deres nonverbale kommunikasjon og reflekterte godt rundt alle problemstillingene. Dette kan tyde på at de kanskje har gjort seg tanker om temaene, selv om det ikke har hatt like stor bevissthet rundt temaet før de ble intervjuet.

Et interessant funn er at det virker som om lederne har større bevissthet rundt sin nonverbale kommunikasjon i refleksjonene under intervjuene, enn underveis på turen ut i fra observasjonene jeg

gjorde. Altså at de er mer bevisst over kommunikative virkemidler og hvordan det påvirker gruppa når de i ettertid gjør seg refleksjoner rundt det, enn undervis når det faktisk gjelder. Her kommer Per sitt sitat inn, med at han i en situasjon på tur har trodd at han viste veldig tydelig at han var irritert, men at deltagerne ikke oppfatta det. Små tegn gjennom kinesikk som vi kunne ha oppfatta innendørs, kan kanskje drukne under klær og utstyr, som han også peker på. Dette kan være særegent for kommunikasjon på tur der utstyr som dekker mer av kroppen påvirker kommunikasjonen i tillegg til naturens faktorer som vind og vær, og den fysiske dimensjonen ved at man kan bli sliten og kald på en lang vintertur.

Som metodekapitlet sier vil bruk av en kvalitativ metode ikke gi et objektivt resultat, men forskerens tolkning er med å påvirke resultatene. Min egen bevissthet om og innsikt i temaet er like mye med på å påvirke resultatene, og sånn sett kan teorien like godt gjelde for min kommunikasjon, som forsker til informanter, som for leder til deltager, fordi et budskap går fra sender til mottager og tolkes på bakgrunn av relasjon, persepsjon og kontekst.

## 5.1 Avslutning

Problemstillingen i oppgava har vært *Hvor bevisst er ledere på tur sin nonverbale kommunikasjon?* Og underproblemstillingene til dette spørsmålet har vært *Hvilket type kroppsspråk brukes? Hvordan er kontakten med deltagerne? Hvilken grad av kongruens har lederen?* Gjennom oppgaven kommer det frem hva teorien sier på dette området, hvilken metode som brukes for å undersøke dette og hvilke funn som kommer frem gjennom intervju med og observasjon av informantene.

Teori som har vært med å forklare funnene har dreid seg om nonverbal kommunikasjon og kroppsspråk, handlingsbåren kunnskap, formidlingskompetanse hos profesjonsutøvere, relasjonsbygging og gruppedynamikk og bygging av troverdighet og tillit i relasjoner gjennom kommunikasjon. Dette er teori som har satt funnene i et perspektiv slik at de kan brukes i en studie for å undersøke problemstillingen. Å ha brukt en kvalitativ undersøkelse for å komme nærmere inn på problemområdet har vist seg gunstig for å komme tettere på enkeltpersoner og deres opplevelse av fenomenene som forekommer på tur, og få høre deres refleksjoner om temaet.

Det er flere funn som faller utenfor oppgaven, men som ville vært interessant å se videre på. For eksempel hvordan lederens rolle påvirker gruppedynamikken, og eventuelle maktforhold eller hierarkier påvirker kommunikasjon i gruppa. Konflikthåndtering ved uenighet er også et område som i stor grad påvirkes av hvordan kommunikasjonen foregår og kunne vært et interessant tema å se videre på. Å gjøre en undersøkelse hvor lederens teoretiske kompetanse fra før sammenlignes med faktisk kompetanse og grad av kongruens kunne også vært en innsnevring av temaet som hadde vært

interessant å gå inn på. Eller å snevre seg inn på kun formidling av handlingsbåren kunnskap i friluftsliv. Samtidig har valget av problemstilling i denne oppgaven gitt en viss bredde men samtidig en dybde i temaet.

Alt i livet henger sammen, og dersom man plukker fra hverandre temaer bit for bit faller de fra hverandre og står ikke i en naturlig sammenheng med resten av verden, slik det er i det virkelige liv. Ingen akademisk oppgave er stor nok til å se på et fenomen i sammenheng med alle andre områder som det favner om, i hvert fall ikke en bacheloroppgave. Men som forsker har jeg i denne oppgaven prøvd å konkretisere et spennende tema uten å ta det ut av den naturlige sammenhengen til det virkelige livet, gjennom bruk av intervju, observasjon og fortolkning av resultatene opp mot variert teori.

## Referanser

- Bøhn, H., & Dypedahl, M. (2009). *Veien til interkulturell kompetanse*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Dahl, Ø. (2013). *møter mellom mennesker: innføring i interkulturell kommunikasjon*. Oslo: Gyldendal akademisk.
- Dalland, O. (2001). *Metode og oppgaveskriving for studenter*. Oslo: Gyldendal akademisk.
- Eide, T., & Eide, H. (2008). *Kommunikasjon i praksis: relasjoner, samspill og etikk i sosialfaglig arbeid*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Jensen, P., & Ulleberg, I. (2011). *Mellom ordene: kommunikasjon i profesjonell praksis*. Oslo: Gyldendal akademisk.
- Lund, T. (2014, Mai). *brage.bibsys.no*. Hentet fra *brage.bibsys.no*: Lærers tilrettelegging for elevens læring i skolens friluftsliv: [http://brage.bibsys.no/xmlui/bitstream/id/238710/Lund\\_Tom.pdf](http://brage.bibsys.no/xmlui/bitstream/id/238710/Lund_Tom.pdf)
- Postholm, M. (2011). *Kvalitativ metode - en innføring med fokus på fenomenologi, etnografi og kasusstudier*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Repstad, P. (2007). *Mellom nærhet og distanse: kvalitative metoder i samfunnsfag*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Røkenes, O., & Hanssen, P.-H. (2012). *Bære eller briste: kommunikasjon og relasjon i arbeid med mennesker*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Skau, G. (2011). *Gode fagfolk vokser*. Oslo: Cappelen Damm akademisk.
- Tordsson, B. (2006). *Perspektiv på friluftslivets pædagogik*. Haderslev: CVU Sønderjylland, University College.
- Øyslebø, O. (1988). *Ikkeverbal kommunikasjon: introduksjon til en tverrvitenskap*. Oslo: Universitetsforlaget.

## Vedlegg 1. Observasjonsskjema

Punktene jeg brukte for å notere meg hvilken type kroppsspråk som brukes, hvordan kontakten med deltagerne var og hvilken grad av kongruens lederen hadde var:

- I hvor stor grad bruker formidler kroppsspråk?
- Hvilket kroppsspråk bruker formidler?
- Brukes kroppsspråket ulikt i ulike situasjoner?
- Brukes kroppsspråket ulikt fra lederen til de ulike deltagere?
- Er det høy/lav kongruens mellom formidlers ord og handlinger?
- Er det større/mindre kongruens i visse situasjoner?



## Vedlegg 2. Intervjuguide

Innledning	<ul style="list-style-type: none"><li>- Hvilket yrke jobber du innenfor?</li><li>- Lært noe om bruk av kroppsspråk i utdanning/ ellers?</li><li>- Hvilke tanker har du om hva kroppsspråk er?</li><li>- Hva tenker du at kroppsspråk kan formidle på tur?</li></ul>
Grad av bruk av kroppsspråk	<ul style="list-style-type: none"><li>- Har du tenkt over din egen bruk av kroppsspråk på tur?</li><li>- Tenker du bevisst over egen bruk av kroppsspråk som formidler?</li></ul>
Hvilke type kroppsspråk	<ul style="list-style-type: none"><li>- Hvilke deler av kroppen tror du formidler mest?</li><li>- Har du noen gang brukt kroppsspråket bevisst for å endre situasjoner på tur?</li><li>- Merker du som formidler at noe kroppsspråk knytter bedre relasjoner med mottager?</li><li>- Merker du at bruken av kroppsspråk kan endre gruppedynamikken på tur?</li></ul>
Situasjonsavhengig kroppsspråk	<ul style="list-style-type: none"><li>- Har du tenkt over i hvilke situasjoner du benytter kroppsspråk?</li><li>- Bruker du ulikt kroppsspråk i ulike kontekster?</li></ul>
Kontakt med deltagere	<ul style="list-style-type: none"><li>- Tror du ulike gruppesammensetninger / deltageres forutsetninger krever ulik bruk av kroppsspråk?</li><li>- Merker du at mer / mindre kroppsspråk endrer kontakten med deltagerne?</li></ul>
Grad av kongruens	<ul style="list-style-type: none"><li>- Er du bevisst på at dine ord og handlinger kan formidle ulike budskap?</li><li>- Tenker du over at dine handlinger skal formidle det samme som det du sier?</li><li>- Tror du noen spesielle handlinger kan kommunisere mer enn dine ord?</li></ul>
Situasjonsavhengig kongruens	<ul style="list-style-type: none"><li>- Tror du at det i noen situasjoner på tur er vanskeligere eller lettere å være samstemt i ord og handling?</li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tror du det er forskjell på å handle og snakke likt på tur enn i andre sammenhenger?</li> </ul>
--	--